La prevención del *bullying* en las escuelas comienza con el aprendizaje socioemocional

Desde hace varias décadas, se ha reconocido el *bullying* (la intimidación) como un problema en las escuelas. La reciente atención que los medios de comunicación han prestado a esta cuestión ha colocado el *bullying* en un primer plano en la mente de muchos legisladores, educadores y padres. Como respuesta a la atención de los medios y a una creciente preocupación por parte de legisladores, educadores y familias, también ha progresado la investigación en este campo. Los resultados de estos estudios nos han revelado no solo las tasas de *bullying* sino también una gran cantidad de datos sobre las características de los niños que hacen *bullying* y de los que lo sufren.

Aunque se han desarrollado muchos enfoques para frenar el *bullying*, cuando se sometieron a evaluaciones minuciosas, solo pocos programas se han mostrado ser eficaces. Ante una presión cada vez mayor por parte de padres, miembros de la comunidad y mandatos estatales y de distritos, las escuelas se esfuerzan por decidir la mejor manera de hacer frente al problema del *bullying* y proporcionar entornos de aprendizaje seguros y respetuosos para todos los estudiantes.

La prevención eficaz del *bullying* exige un esfuerzo en varios frentes. Es necesario proporcionar al personal de la escuela políticas y procedimientos adecuados y asegurarse de que sepan cómo trabajar de manera correcta con estudiantes involucrados en casos de *bullying*. Pero para abordar el problema, también es de vital importancia centrarse en el desarrollo de las habilidades socioemocionales de los niños. Estas habilidades permiten a los niños llegar a ser





ciudadanos socialmente competentes dentro del entorno de la escuela y ayudan a desarrollar un ambiente positivo en la misma. Prestar atención a estas habilidades contribuirá a la formación de niños más saludables y felices, y con mejor disposición para aprender, además de favorecer la creación de un entorno más seguro.

Problemas serios con serias consecuencias

El *bullying* es un comportamiento negativo intencionado que se repite y en el cual está presente un desequilibrio de poder social o físico.[1] Como el *bullying* por naturaleza implica relaciones sociales, afecta a todos los involucrados: el niño que sufre el *bullying*, el niño que hace *bullying* y los testigos. Nadie duda que el *bullying* perjudica a las víctimas. Informes recientes estiman que alrededor de un 20% de los niños son víctimas de *bullying* en la escuela.[2] Es importante prestar atención a estas víctimas porque se sabe que los estudiantes que sufren *bullying* tienen más problemas de salud y se involucran más en comportamientos problemáticos como fumar y beber.[3] Además, los estudiantes víctimas de *bullying* pueden sufrir efectos negativos que perduran hasta la edad adulta, como depresión, ansiedad, tristeza y soledad.[3]

> *Los estudiantes víctimas de* bullying *pueden sufrir efectos negativos que perduran hasta la edad adulta, como depresión, ansiedad, tristeza y soledad.*

Pero quizá lo que realmente pueda sorprender es que quienes hacen *bullying* también sufren. Los estudiantes que hacen *bullying* a otros tienen más riesgo de verse envueltos en una amplia gama de problemas, como abuso de alcohol y otras drogas, entrar en peleas y bajo rendimiento escolar.[3] Al igual que las víctimas del *bullying*, los niños que hacen *bullying* están expuestos a tener más problemas cuando son adultos, como condenas penales y consumo de drogas.[4] Estas consecuencias son inquietantes, ya que informes recientes calculan que aproximadamente el 13% de los niños que asisten a la escuela están involucrados directamente en casos de *bullying*.[2]

Otro grupo de estudiantes afectados por el *bullying* son los testigos (estudiantes que presencian el *bullying*). El *bullying* raramente tiene lugar en rincones aislados de la escuela en los que nadie ve qué sucede. Con frecuencia ocurre en lugares totalmente abiertos, delante de otros estudiantes. Y con el mayor uso de la tecnología, el *bullying* puede producirse en foros completamente públicos. De hecho, los testigos constituyen el grupo más grande de estudiantes afectados por el *bullying* en la escuela, con un 71% de estudiantes que manifiestan haber presenciado algún caso de *bullying* durante el último mes.[5] Un informe reciente del Consejo Nacional para la Prevención del Crimen calcula que 6 de cada 10 niños son testigos de al menos un incidente de *bullying* durante una jornada escolar. El elevado número de niños que son testigos de casos de *bullying* resulta alarmante, ya que se ha observado que los testigos también sufren consecuencias negativas. Las investigaciones muestran que los estudiantes que son testigos de *bullying* también sufren de mayor consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, tienen más problemas de salud mental y es más probable que pierdan clases y falten a la escuela.[6]

¿Por qué las escuelas tienen que actuar?

Aunque el *bullying* puede ocurrir en cualquier parte, la mayoría de los casos reportados se producen en la escuela. El *bullying* puede afectar en gran manera el entorno escolar y dificultar el éxito académico de los estudiantes. Puede dar lugar a bajos rendimientos académicos, influir en la asistencia a la escuela e incluso contribuir a aumentar las tasas de abandono escolar.[2] Y recuerde, el rendimiento académico es inferior en todos los estudiantes involucrados en *bullying*: en las víctimas, en quienes hacen *bullying* y en los testigos.

Muchas escuelas reconocen la necesidad de hacer frente al *bullying*. Estas escuelas desarrollaron e implementaron políticas y procedimientos que describen acciones en contra del *bullying* y capacitaron a su personal sobre cómo responder de manera eficiente ante los reportes de *bullying*. Estos esfuerzos por parte de los adultos son importantes y necesarios para sentar la base que permita promover un ambiente seguro y positivo para los estudiantes. No obstante, para lograr cambiar los comportamientos de los estudiantes hay que hacer algo más. Centrarse en el comportamiento de los estudiantes no solo influye en un desarrollo saludable del individuo, sino que también contribuye a la creación de un entorno general positivo en la escuela.



Todas las personas involucradas deben contribuir a mejorar el ambiente escolar

LOS QUE HACEN *BULLYING*

LOS QUE SON VÍCTIMAS DEL *BULLYING*

LOS QUE SON TESTIGOS DEL *BULLYING*

MAESTROS Y PERSONAL DE LA ESCUELA—ADULTOS

Incidente de *bullying*

Estudiantes testigos

Adultos

¿Qué pueden hacer las escuelas?

Existen varios programas de prevención del *bullying*. Sin embargo, las escuelas tienen que elegir cuidadosamente qué programa adoptar. Algunos programas no cuentan con el respaldo de evidencia de investigación y no se ha probado que sean eficaces para hacer frente al *bullying*. La investigación muestra claramente que el mejor enfoque en la prevención del *bullying* es un trabajo exhaustivo que tenga en cuenta factores a nivel de la escuela, el personal de la escuela y los niños.

Sabemos mucho sobre cómo la dinámica social y las habilidades socioemocionales de los estudiantes predicen el comportamiento de los que hacen *bullying* y de sus víctimas. Sabemos que el *bullying* suele ser un fenómeno de grupo que involucra muchos aspectos de las relaciones sociales.[7] Muchos estudiantes hacen *bullying* por razones sociales y usan ese comportamiento para ganar estatus. Las víctimas del *bullying* suelen ser niños socialmente retraídos y que carecen de un autoconcepto positivo.[8] Los testigos con frecuencia manifiestan tener sentimientos de culpabilidad e impotencia por no defender a un compañero que sufre *bullying* y muchas veces no intervienen por temor a represalias. Dada la naturaleza social del *bullying*, un factor clave para combatirlo es centrarse en cambiar las normas sobre *bullying* y aumentar la competencia socioemocional de los estudiantes.[9–12]

> *El rendimiento académico es inferior en todos los estudiantes involucrados en* bullying*: en las víctimas, en quienes hacen* bullying *y en los testigos.*

Por lo tanto, las escuelas deben prestar una atención especial a las habilidades de aprendizaje socioemocional (ASE) como parte de sus esfuerzos para hacer frente a problemas de *bullying*. El ASE incluye "el desarrollo sistemático de un conjunto central de habilidades sociales y emocionales que ayudan a los niños a manejar retos en su vida y a prosperar





tanto en su entorno de aprendizaje como en su entorno social".[13] Los currículos basados en investigaciones en los que se enseña competencia socioemocional ayudan a crear entornos escolares seguros física y emocionalmente[13] e incluso mejoran las puntuaciones de los estudiantes en pruebas estandarizadas de rendimiento.[14]

¿Cómo ayuda el ASE a prevenir el *bullying*?

Uno de los programas de ASE más ampliamente utilizados es el programa Second Step de Committee for Children. Se usa en alrededor del 40% de las escuelas K–8 de Estados Unidos. Incluye lecciones fáciles de impartir en el aula, desde preescolar hasta octavo grado, que mejoran la competencia socioemocional de los estudiantes gracias a un enfoque en el desarrollo de las habilidades de ASE. El ASE de Second Step se enfoca en habilidades socioemocionales centrales que son particularmente importantes para la prevención del *bullying*, como la empatía, el control de las emociones y la solución de problemas en las relaciones sociales. Además, integrados en las lecciones, se tratan temas como el desarrollo de las amistades y cómo ser firmes, que constituyen también habilidades clave en la prevención del *bullying*.

Los currículos basados en investigaciones en los que se enseña competencia socioemocional ayudan a crear entornos escolares seguros física y emocionalmente[13] e incluso ayudan a mejorar las puntuaciones de los estudiantes en pruebas estandarizadas de rendimiento.[14]



Empatía

Un componente de la empatía es sentir o comprender lo que otra persona siente. Se sabe que esta habilidad ayuda a prevenir el *bullying*. Al comparar los niños que hacen *bullying* y los niños que lo sufren, se ha descubierto que los niños prosociales muestran una mayor conciencia empática.[15] Una mayor conciencia de los sentimientos de los demás permite no solo que los estudiantes se traten con respeto y amabilidad entre ellos, sino que también puede inducirlos a intervenir ante situaciones de *bullying*. Cuando los testigos tienen sentimientos de empatía hacia sus compañeros, es más probable que intervengan para detener el *bullying*.[16,17]

El ASE de Second Step incluye un grupo de lecciones centradas específicamente en la empatía. A los estudiantes se les enseña, específicamente, a identificar sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, mostrar que otras personas les importan y manifestar compasión por ellas. Otro elemento clave de las lecciones sobre empatía consiste en enseñar la toma de perspectiva, es decir, comprender qué piensan o sienten los demás. Los estudios han encontrado que los estudiantes con buenas habilidades de toma de perspectiva tienen menos probabilidades de ser agresivos con sus compañeros, tanto física como verbalmente, o incluso de manera indirecta.[18] Así pues, es importante enseñar a tomar perspectiva como ayuda para evitar el *bullying*. Las habilidades de toma de perspectiva también hacen más probable que los estudiantes ofrezcan apoyo emocional a los demás,[19] lo cual implica que estas habilidades sean fundamentales para ayudar a los testigos a hacer frente al *bullying*.

Regulación de las emociones

El control de las emociones es la capacidad de monitorear y regular las emociones fuertes y calmarse cuando se está enojado. Esta es una habilidad especialmente importante que es necesario poseer para construir relaciones positivas. La falta de control de las emociones puede hacer que un estudiante sea propenso a sufrir *bullying*. De hecho, las investigaciones han encontrado que los estudiantes tienen mayor tendencia a ser víctimas de sus compañeros si son hiperactivos, si muestran arrebatos emocionales o si son emocionalmente inestables.[20]

El problema se agrava porque casi la mitad de los niños que sufren *bullying* tienden a responder ante el mismo con reacciones muy emocionales, como gritos, chillidos o llanto, lo cual hace que el *bullying* aumente y se intensifique.[21] Un buen control de las emociones no solo evita que los niños se conviertan en víctimas de *bullying*, sino que también los ayuda a responder de manera más eficaz. Además, la investigación ha mostrado que es más probable que los estudiantes hagan *bullying* si carecen de habilidades socioemocionales.[8,22] La enseñanza de habilidades socioemocionales, entonces, ayuda no solo a los estudiantes que sufren *bullying*, sino también a los que lo hacen.

Las lecciones de la unidad de control de las emociones del ASE de Second Step ayudan a los niños a desarrollar habilidades para controlar sus sentimientos. Se les enseña a identificar sus sentimientos (sobre todo los fuertes) y situaciones que pueden producir esas emociones. Técnicas como la de la respiración profunda y el hablar consigo mismo para controlar sentimientos fuertes como el enojo o la preocupación son componentes clave de esta unidad. Aprender a controlar emociones fuertes puede ayudar tanto a los niños que hacen *bullying* como a los que son víctimas del *bullying* a llevarse bien con los compañeros y a hacer elecciones correctas. De hecho, las investigaciones han encontrado que los estudiantes que sufren *bullying* pueden aprender a hablar consigo mismos y otras estrategias para calmarse a fin de evitar gritar, tomar represalias o responder de otras maneras que los marquen como objetivos fáciles para un *bullying* continuo.[23,24]

Solución de problemas en las relaciones sociales

La solución de problemas en las relaciones sociales es la capacidad de encontrar salida a problemas y retos sociales. Los niños que tienen facilidad para resolver problemas en las relaciones sociales pueden reconocer un problema, reflexionar sobre soluciones posibles y prever las consecuencias de una acción determinada. No es de sorprender que esta habilidad sea tan importante para manejar retos que plantean los compañeros y para responder de manera sensata.

Se ha encontrado que tanto los niños que hacen *bullying* como los que lo sufren carecen de habilidades para solucionar problemas en las relaciones sociales.[8] Quienes hacen *bullying*, por ejemplo, con frecuencia malinterpretan pistas y situaciones sociales.[25] Esta falta de conciencia social puede llevar a los niños a actuar de manera más



Habilidades socioemocionales + Beneficios para los participantes en el *bullying*

Habilidades de ASE	Víctima	Niño(a) que hace *bullying*	Testigo
	Menos probabilidades de sufrir *bullying*; menos daño por *bullying*	Menos probabilidades de hacer *bullying*	Más probabilidades de responder de manera adecuada
Empatía		✓	✓
Regulación de las emociones	✓	✓	
Solución de problemas en las relaciones sociales	✓	✓	✓
Desarrollo de amistades	✓	✓	✓
Firmeza	✓		✓

hostil y agresiva en situaciones sociales, incluyendo hacer *bullying* a otros estudiantes. También tienen ideas más agresivas sobre cómo manejar conflictos.[1] Los estudiantes que sufren *bullying* también carecen de habilidades para resolver problemas en las relaciones sociales.[8] En situaciones sociales, pueden actuar con pasividad, lo cual puede convertirlos en blanco del *bullying*.[26] El manejo eficaz de situaciones sociales es también una habilidad importante para los estudiantes que son testigos. Mediante la evaluación correcta de una situación social y la decisión adecuada de intervenir, los testigos pueden detener el *bullying*.

El ASE de Second Step destaca la importancia de enseñar habilidades para resolver problemas en las relaciones sociales e incluye una unidad entera dedicada a la solución de problemas. En particular, estas lecciones enseñan a los niños a reconocer un problema social, generar varias soluciones al problema, predecir las consecuencias y, por último, seleccionar una solución razonable al problema que sea segura y respetuosa. Estas estrategias para resolver problemas pueden ayudar a los niños que sufren *bullying* a reducir el conflicto.[27] Por último, enseñar estas lecciones sobre cómo resolver problemas puede ayudar a prevenir el *bullying* al ayudar a que los niños que puedan hacerlo sepan cómo hacer frente a una situación social de manera eficaz y no agresiva.

Desarrollo de las amistades y entrenamiento sobre firmeza

El estatus social y las relaciones son elementos importantes del *bullying*. Un estatus social más bajo está relacionado con la posibilidad de sufrir *bullying*.[8,11,26] Los niños víctimas de *bullying* suelen tener pocos amigos y con frecuencia los amigos que tienen también sufren *bullying*.[20] Los niños que hacen *bullying* también suelen carecer de habilidades sociales adecuadas.[8] Sin embargo, muchos de quienes



hacen *bullying* tienen un estatus social alto y lo usan para imponer su poder a las víctimas. Con frecuencia los testigos reportan temer la pérdida de estatus social como una razón por la cual no intervienen a favor de compañeros de clase que sufren *bullying*.[6] Por lo tanto, mejorar las relaciones sociales y flexibilizar las jerarquías sociales puede ayudar a prevenir el *bullying*.

Uno de los objetivos generales del ASE de Second Step es ayudar a los estudiantes a hacer amigos y llevarse bien con los compañeros mediante la mejora de sus habilidades para hacer amigos. El programa enseña a los estudiantes a jugar de manera justa (por ejemplo, compartiendo, turnándose y siguiendo reglas), a erradicar la exclusión de compañeros y a tratar a los compañeros con respeto. La capacidad de hacer amigos y conservarlos con éxito es un factor importante en la protección contra el *bullying*. Es más probable que los estudiantes que tienen por lo menos un amigo no sufran *bullying* por parte de los compañeros, y también es más probable que los estudiantes con una buena experiencia de amistad no hagan *bullying* y presenten menos problemas emocionales y de comportamiento.[21,28]

Otro aspecto del desarrollo de relaciones positivas es comprender cómo y cuándo ser firme. Las lecciones del programa Second Step enseñan a los niños a distinguir entre respuestas agresivas, pasivas y firmes. Aprender a ser firme es importante sobre todo para niños que tienen probabilidades de sufrir *bullying*, para evitar ser objeto de *bullying* con más frecuencia.[24] Además, aprender a ser firmes puede ayudar a los testigos a usar estrategias específicas para detener el *bullying* o para pedir ayuda a los adultos.[29,30]

La clave de la prevención: enseñar ASE

El *bullying* es un problema generalizado en las escuelas de nuestra nación. Tiene consecuencias importantes para todos los involucrados: los niños que sufren el *bullying*, los niños que hacen *bullying* y los niños que son testigos del *bullying*. A pesar de que existen muchos programas de prevención del *bullying*, no todos se han encontrado eficaces. La enseñanza de competencias socioemocionales se ha encontrado constituir un aspecto importante de la prevención eficaz del *bullying* que también respalda el desarrollo saludable de los niños. Las habilidades socioemocionales son elementos clave para abordar el problema del *bullying*. Las habilidades de aprendizaje socioemocional ayudan a todos los involucrados en el *bullying* y se pueden adoptar con facilidad en los currículos escolares. La enseñanza de estas habilidades no solo promueve un clima seguro y positivo en las escuelas, sino que también ayuda al desarrollo de niños saludables que están preparados para aprender.

Contacto

El ASE de Second Step, basado en investigaciones, es un currículo universal para el aula, desde preescolar hasta octavo grado. Enseña a los estudiantes las habilidades que necesitan para mantenerse seguros, tener éxito en la escuela y llevarse bien con los demás.

Lea más sobre las experiencias de otros educadores con ASE de Second Step en SecondStep.org/success o póngase en contacto con Committee for Children llamando al 800-634-4449, ext. 1.

Quiénes somos

Aunque somos conocidos principalmente por nuestros innovadores programas centrados en el ASE destinados a las escuelas, Committee for Children participa en iniciativas de todo tipo para mejorar las vidas de los niños. Fundada en 1979 como una organización no lucrativa para ayudar a las víctimas de abuso sexual infantil, continuamos apoyando políticas y leyes para proteger a los niños y ofrecer igualdad de oportunidades a todos. Desde nuestra sede central en Seattle, Washington, colaboramos con investigadores, editoriales y organizaciones no lucrativas de todo el mundo. Nuestros programas llegan a estudiantes en más de 70 países; trabajamos para garantizar que todos los niños tengan la oportunidad de progresar.



Referencias

1. Olweus, D. (1993). *Bullying at school*. Malden, MA: Wiley-Blackwell.

2. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. (2012). Understanding bullying. Consultado en http://www.cdc.gov/ViolencePrevention/pdf/BullyingFactsheet2012-a.pdf

3. Instituto Nacional de la Salud Infantil y Desarrollo Humano. (2001). Bullying widespread in US schools, survey finds. Consultado en http://www.nichd.nih.gov/news/releases/bullying.cfm

4. Farrington, D. P., y Ttofi, M. M. (2009). How to reduce school bullying. *Victims and Offenders, 4,* 321–326.

5. Bradshaw, C. P., Sawyer, A. L., y O'Brennan, L. M. (2007). Bullying and peer victimization at school: Perceptual differences between students and school staff. *School Psychology Review, 36*(3), 361–382.

6. Consejo Nacional para la Prevención del Crimen. (2012). Bullying. Consultado en http://www.ncpc.org/topics/bullying

7. Salmivalli, C., y Voeten, M. (2004). Connections between attitudes, group norms, and behaviour in bullying situations. *International Journal of Behavioral Development, 28*(3), 246–258.

8. Cook, C. R., Williams, K. R., Guerra, N. G., Kim, T. E., y Sadek, S. (2010). Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *School Psychology Quarterly, 25*, 65–83.

9. Farmer, T. W. (2000). The social dynamics of aggressive and disruptive behavior in school: Implications for behavior consultation. *Journal of Educational and Psychological Consultation, 11*(3–4), 194–208.

10. Farmer, T. W., y Xie, H. L. (2007). Aggression and school social dynamics: The good, the bad, and the ordinary. *Journal of School Psychology, 45*(5), 461–478.

11. Perren, S., y Alsaker, F. D. (2006). Social behavior and peer relationships of victims, bully victims, and bullies in kindergarten. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 47*(1), 45–57.

12. Vreeman, R. C., y Carroll, A. E. (2007). A systematic review of school-based interventions to prevent bullying. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 161*(1), 78–88.

13. Ragozzino, K., y Utne O'Brien, M. (2009). Social and emotional learning and bullying prevention. Consultado en http://casel.org/downloads/2009_bullyingbrief.pdf

14. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., y Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of schoolbased universal interventions. *Child Development, 82*(1), 405–432.

15. Warden, D., y MacKinnon, S. (2003). Prosocial children, bullies and victims: An investigation of their sociometric status, empathy and social-problem solving strategies. *British Journal of Developmental Psychology, 21*(3), 367–385.

16. Nickerson, A. B., Mele, D., y Princiotta, D. (2008). Attachment and empathy as predictors of roles as defenders or outsiders in bullying interactions. *Journal of School Psychology, 46*(6), 687–703.



17. Rigby, K., y Johnson, B. (2007). Playground heroes: Who can stop bullying? *Greater Good Magazine, 3*(2), 14–17.

18. Kaukiainen, A., Björkqvist, K., Lagerspetz, K., Österman, K., Salmivalli, C., Rothberg, S., Ahlbom, A. (1999). The relationships between social intelligence, empathy, and three types of aggression. *Aggressive Behavior, 25*(2), 81–89.

19. Litvack-Miller, W., MacDougall, D., y Romney, D. M. (1997). The structure of empathy during middle childhood and its relationship to prosocial behaviour. *Genetic, Social and General Psychology Monographs, 123*, 303–324.

20. Rodkin, P. C., y Hodges, E. V. E. (2003). Bullies and victims in the peer ecology: Four questions for psychologists and school professionals. *School Psychology Review, 32*(3), 384–400.

21. Goldbaum, S., Craig, W. M., Pepler, D., y Connolly, J. (2006). Developmental trajectories of victimization: Identifying risk and protective factors. En J. E. Zins, M. J. Elias, y C. A. Maher (Eds.), *Bullying, victimization, and peer harassment* (pp. 143–160). Nueva York: Haworth Press.

22. Leadbeater, B., Hoglund, W., y Woods, T. (2003). Changing contexts? The effects of a primary prevention program on classroom levels of peer relational and physical victimization. *Journal of Community Psychology, 31*(4), 397–418.

23. Kochenderfer, B. J., y Ladd, G. W. (1997). Victimized children's responses to peers' aggression: Behaviors associated with reduced versus continued victimization. *Development and Psychopathology, 9*(1), 59–73.

24. Schwartz, D., Dodge, K. A., y Coie, J. D. (1993). The emergence of chronic peer victimization in boys' play groups. *Child Development, 64*(6), 1755–1772.

25. Crick, N. R., y Dodge, K. A. (1994). A review and reformulation of social information-processing mechanisms in children's social adjustment. *Psychological Bulletin, 115*(1), 74–101.

26. Hodges, E. V. E., y Perry, D. G. (1999). Personal and interpersonal antecedents and consequences of victimization by peers. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*(4), 677–685.

27. Mahady-Wilton, M. M., Craig, W. M., y Pepler, D. J. (2000). Emotional regulation and display in classroom victims of bullying: Characteristic expressions of affect, coping styles and relevant contextual factors. *Social Development, 9*(2), 226–245.

28. Hodges, E. V. E., Boivin, M., Vitaro, F., y Bukowski, W. M. (1999). The power of friendship: Protection against an escalating cycle of peer victimization. *Developmental Psychology, 35*(1), 94–101.

29. Craig, W. M., y Pepler, D. J. (2007). Understanding bullying: From research to practice. *Canadian Psychology, 48*(2), 86–93.

30. Salmivalli, C. (1999). Participant role approach to school bullying: Implications for intervention. *Journal of Adolescence, 22*(4), 453–459.